EDB klasa 8 – 05.06

Temat: Zasady zdrowego stylu życia.

1. Zapoznaj się ze schematem: Rodzaje zdrowia str. 120.
2. Zapoznaj się z czynnikami wpływającymi na zdrowie człowieka- wykres str. 121.
3. Przeanalizuj przykłady zachowań prozdrowotnych i ryzykownych dla zdrowia str.122-123.
4. Przeczytaj : aktywność fizyczna, rodzaje odżywiania, sen str. 124-125.
5. Zapoznaj się ze schematem: Podstawowe wyznaczniki stanu ludzkiego organizmu str. 126.
6. Opisz , jak wpływa na nasz organizm palenie papierosów, picie alkoholu i używanie dopalaczy str. 126-127.